

BAB 1

LATAR BELAKANG

A. Pendahuluan

Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang terhadap jenis dan fungsi zat gizi, sumber makanan, serta cara memenuhi kebutuhan gizi tubuh untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Tingkat pengetahuan gizi yang baik sangat penting dalam menunjang pola makan yang sehat. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu seseorang dalam memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, memahami pentingnya asupan makanan sehat, serta mengurangi kecenderungan menyisakan makanan. Rendahnya pengetahuan gizi sering dikaitkan dengan kurangnya perhatian terhadap nilai gizi makanan, pilihan makanan yang keliru, hingga perilaku malas menghabiskan makanan yang sudah diambil atau disajikan. (Ratna Ajeng Hardika, 2016).

Masalah sisa makanan (food waste) dan tingkat pengetahuan gizi menjadi perhatian penting dalam berbagai lingkungan, baik institusi pendidikan, rumah sakit, maupun di masyarakat umum. Sisa makanan adalah makanan yang tidak dihabiskan dan akhirnya terbuang. Sisa makanan adalah persentase makanan yang tidak dihabiskan dan terbuang setelah proses makanan berlangsung. Sisa makanan yang tinggi sering terjadi akibat porsi makanan yang terlalu banyak, rendahnya pengetahuan gizi, serta kualitas makanan yang kurang dari segi rasa atau penampilan (Ilmi et al., 2022).

Adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan jumlah sisa makanan. Semakin baik pengetahuan gizi seseorang, semakin kecil kecenderungan untuk meninggalkan sisa makanan. Seseorang dengan pengetahuan gizi rendah lebih sering meninggalkan sisa makanan dalam jumlah banyak dibandingkan dengan yang berpengetahuan gizi baik (Ratna Ajeng Hardika, 2016).

Masa remaja merupakan periode penting dengan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang pesat, sehingga pemenuhan kebutuhan gizi sangat krusial untuk menunjang kesehatan dan pertumbuhan optimal. Pengetahuan gizi yang baik pada remaja sangat berperan dalam membantu mereka memilih makanan yang sesuai kebutuhan tubuh dan memahami pentingnya menghabiskan makanan yang telah diambil, sehingga dapat mengurangi sisa makanan yang menjadi

indikator adanya kerugian gizi dan pemborosan. Sisa makanan yang tinggi pada remaja sering kali terjadi karena rendahnya pengetahuan gizi, yang menyebabkan asupan zat gizi makro seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat menjadi tidak mencukupi (Chandra & Aisah, 2023)

Kondisi ini berpotensi memicu masalah gizi seperti malnutrisi, anemia, dan status gizi kurang yang menjadi perhatian kesehatan masyarakat. Berbagai penelitian di institusi pendidikan menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan jumlah sisa makanan—remaja dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki sisa makanan lebih sedikit dan status gizi yang lebih optimal dibanding mereka dengan pengetahuan gizi rendah. Oleh karena itu, edukasi gizi yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan literasi gizi, memperbaiki perilaku konsumsi makanan, dan mendukung status gizi yang baik pada remaja (Ilmi et al., 2022).

Pengetahuan gizi adalah pemahaman individu mengenai jenis zat gizi, fungsi, sumber makanan, serta cara memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh secara tepat untuk menunjang kesehatan dan pertumbuhan yang optimal. Pengetahuan ini sangat penting terutama pada masa remaja, karena dapat mempengaruhi pola makan yang sehat dan seimbang, membantu dalam memilih makanan yang bergizi, mengatur porsi makan sesuai kebutuhan, serta mengurangi perilaku menyisakan makanan. Dengan pengetahuan gizi yang baik, remaja lebih berpotensi memperoleh asupan zat gizi yang cukup, sehingga mendukung status gizi optimal dan mencegah masalah gizi seperti malnutrisi, anemia, atau kelebihan berat badan. Sebaliknya, pengetahuan gizi yang kurang dapat menyebabkan pola makan yang tidak teratur dan sisa makanan yang tinggi, yang berimbas pada terpenuhinya kebutuhan nutrisi yang tidak optimal (Mei Datul Hasanah, 2024).

Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) yang di luncurkan Pemerintah Indonesia untuk menyediakan makanan bergizi bagi anak-anak sekolah untuk mengatasi malnutrisi dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Namun, pelaksanaan MBG menimbulkan tantangan berupa tingginya volume sisa makanan. Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat sisa makanan meliputi daya terima makanan oleh siswa, kualitas dan variasi menu, serta edukasi gizi. Sisa makanan yang tinggi tidak hanya menghambat tercapainya tujuan program dalam pemenuhan

gizi, tetapi juga membawa dampak negatif terhadap ekonomi dan lingkungan. Oleh karena itu, pengelolaan dan edukasi yang tepat sangat diperlukan untuk meminimalkan food waste, sekaligus mendukung keberlanjutan program MBG agar efektif dan berdampak positif bagi kesehatan serta lingkungan sekolah (Hasibuan et al., 2025).

Observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 9 Pontianak menunjukkan bahwa institusi ini telah mendapatkan akses ke program makanan sehat secara gratis, dan pengetahuan terkait nutrisi di kalangan remaja di sekolah ini tergolong minim. Lokasi ini dipilih karena telah menjadi bagian dari program makanan sehat gratis dan ada banyak siswa yang kekurangan pemahaman mengenai gizi. Institusi ini menawarkan fasilitas yang memadai bagi para siswa, dan di sekolah ini juga telah dilaksanakan program makanan sehat gratis (MBG) pada pukul 11.30 siang untuk mendukung semangat belajar para siswa.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Pengetahuan gizi dan Sisa Makanan Terhadap Sisa Makanan Pada Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) Di SMP Negeri 9 Pontianak?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Hubungan Pengetahuan gizi dan Sisa Makanan Terhadap Sisa Makanan Pada Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) Di SMP Negeri 9 Pontianak.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Tingkat Pengetahuan Gizi Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.
- b. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sisa Makanan Pokok Pada Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.
- c. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sisa Makanan Lauk Hewani Pada Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.
- d. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sisa Makanan Lauk Nabati Pada Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.

- e. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sisa Makanan Sayuran Pada Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.
- f. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sisa Makanan Buah Pada Siswa/I SMP Negeri 9 Pontianak.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang Lingkup Penelitian ini Dilakukan Diwilayah SMP Negeri 9 Pontianak. Penelitian ini Berbasis Gizi Masyarakat dengan Fokus Pengetahuan gizi Terhadap sisa Makanan dengan Makanan Bergizi Gratis Disekolah SMP Negeri 9 Pontianak.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti sendiri tentang Hubungan Pengetahuan gizi Terhadap Sisa Makanan Dengan Makanan Bergizi Gratis Disekolah SMP Negeri 9 Pontianak.

2. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi, dan landasan yang dapat dikembangkan dengan menggunakan metodologi yang diterapkan dalam penelitian ini sebagai acuan untuk penelitian serupa di lokasi atau konteks yang berbeda.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi keilmuan gizi khususnya gambaran program MBG pada anak sekolah dan serta meningkatkan pengetahuan.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Nama Peneliti	Judul Peneliti	Desain	Sampel	Hasil Penelitian
Wa Ode Siti Nur Asnia1, Devi Savitri Effendy, Ruwiah (2024)	Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024	Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan desain cross sectional.	Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 7 dan 8 di SMP Negeri 5 Kendari pada Tahun ajaran 2024 berjumlah 367 siswi dan besar sampel 79 siswi dengan tehnik pengambilan sampel proportionate stratified random sampling.	Hasil penelitian remaja putri di SMP Negeri 5 Kendari diperoleh pengetahuan gizi dengan kategori baik yaitu 97,5% dan kategori kurang 2,5%. serta memiliki status gizi baik 88,6%. hasil analisis bivariat diketahui tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri dengan nilai $p = 1,00$.
Peka Yani Lestari, Lensi Natalia Tambunan, Rizki Muji Lestari (2022)	HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG GIZI TERHADAP STATUS GIZI REMAJA	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian Literature Review	subyek penelitiannya adalah remaja usia 15-18 tahun,	Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa dari 6 (enam) jurnal yang dianalisis didapatkan bahwa 4 (empat) jurnal yang menyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi remaja dengan masing-masing p-value (0,003, 0,0001, 0,001, dan 0,021) kemudian 2 (dua) jurnal menyatakan tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi remaja dengan p-value 0,619 dan 0,147.

<p>Ayuningtiar, Sudja, Aryani, Aminah, Mimin, Rahmat, Mamat, Faiqotunnisa, Fita, Haidhar, M Hasbi (2019)</p>	<p>PENDIDIKAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN ASUPAN PADA SISWA KURUS SEKOLAH DASAR</p>	<p>Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimental one group pre-test and post-test, yaitu dengan variabel independen pendidikan gizi, serta variabel dependen pengetahuan gizi dan asupan makan.</p>	<p>Sampel dipilih secara purposive sampling dan didapatkan jumlah sampel 19 orang dengan status gizi kurus (IMT<-2SD).</p>	<p>hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Hasil uji statistik pengetahuan $p=0,000$ menunjukkan ada pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan gizi pada siswa sekolah dasar secara bermakna. Pengetahuan gizi pada siswa sekolah dasar sebelum diberi pendidikan gizi meningkat 23,8% dari 60,8 menjadi 75,3.</p>
<p>Sri Rejeki, RH Fitri Faradilla, Ilian Elvira, Nadila (2022)</p>	<p>Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, dan Serat dari Pangan Pokok di Wilayah Non Pertanian di Kota Baubau 2022</p>	<p>Data ini didapatkan dari hasil survey konsumsi pangan dan suplai pangan Kota Bau 2022. Jenis penelitian ini yaitu dengan menganalisis data hasil survey konsumsi pangan menggunakan kuesioner food frequency semi quanti (FFQ SQ) analisis dilakukan dengan memanfaatkan aplikasi Nutrisurvey.</p>	<p>Sampel dalam penelitian ini berjumlah 127 responden yang bertempat tinggal di wilayah non pertanian Kota Baubau.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan hal-hal berikut mengenai asupan energi, karbohidrat, dan serat dari makanan pokok di wilayah non pertanian Kota Baubau: Asupan Kurang Asupan energi, karbohidrat, dan serat dari makanan pokok umumnya kurang mencukupi di wilayah non pertanian Kota Baubau. Distribusi Asupan: Asupan energi dari makanan pokok sebagian besar berada pada kisaran 20-40%. Asupan karbohidrat dari makanan pokok juga sebagian besar berada pada kisaran 20-40%. Asupan serat dari makanan pokok sebagian besar berada pada kisaran 0-20%.</p>

				<p>Konsumsi Pangan Pokok: Makanan pokok yang paling banyak dikonsumsi adalah nasi dengan rata-rata konsumsi sebesar 3293,38 kkal/hari. Konsumsi jagung 31,77 kkal/hari, ubi jalar 67,83 kkal/hari, dan singkong 65,70 kkal/hari.</p>
--	--	--	--	--